

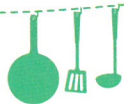
おうちスタイリスト® 米村大子の

キレイなおうち、ステキな毎日



「整理」とは?
「これからの暮らしの中で、必要なモノ・不必要なモノは何だろう?」という視点から、お気に入りのものは残して、不必要なものを手放す作業のこと。

LESSON 01



私が片づけを始めたとき

家の中がきれいになると、自然と心が落ち着きます。実はコレ、私の体験です。実際、仕事と家事・子育ての両立に悩んでいたころは、何となく住まいの環境も雑然としていて、少しイライラしながら過ごしていました。

せっかく働き始めたのだから!! …と自分では仕事と家事、子育てをきちんと両立させたい気持ちはあっても、空回りしてなかなか上手くいきません。それが「何となく家の中が散らかっている」という形で現れ、私はその雑然とした中でイライラを募らせていきました。

あるとき、「これではいけない。家の中を整理して笑顔で暮らすための仕組みづくりをしよう」と決意。でも、一度散らかってしまった家を片づけるのは本当に大変なことでした。

最初に取り組んだのはキッチンでしたが、そこで驚きました。棚や引き出しなどから全てのモノを

取り出し、並べてみるとどうでしょう! お玉が3つ、へらが4つ、まな板が5つと次々出てきます。まさか自分がこんなにモノをため込んでいたなんて…とてもショックでした。

それらを「使っているモノ」「使っていないモノ」に仕分けすること、なんと10時間…へとへとになりながら振り返れば、捨てるモノが40ℓのごみ袋で3つ、4つとありました。中には「いつか使おう」と取っておいた新品のお皿やマグカップも出てきて、使わずに仕舞い込むだけの私ってどうなの? これを本当に捨てるの?? と自己嫌悪に陥ったものです。

でも、その自己嫌悪が私を変えました。便利グッズが欲しくなると、あのごみ袋の山が目に見え、一つ一つを手に取り、ちゃんと使いきれるか、今の暮らしに必要なものかを考えるように。

“仕分けの10時間”は無駄ではなかったのです。

次回は「子育て世代のお片づけを手伝う」

初回は私の体験談です!
「整理」が大変なのは最初だけ!
あなたもこの春、思い切って
トライしてみませんか?



プロフィール
米村 大子
YONEMURA HIROKO

整理収納アドバイザー1級、住宅収納スペシャリスト認定講師・宅地建物取引士。現在、「おうちスタイリスト®」として、モデルハウス・個人宅の間取りや収納の提案を行うほか、テレビやラジオにも多数出演。住宅・リフォーム関係のイベントや幼稚園・小学校などの講演・マイホームセンターの収納コラムも担当。個人のお客さま向けの「訪問お片づけサービス・お片づけ講座」も好評開催中。

おうちスタイリスト米村大子officialサイト
<http://www.kurashi-kata.com/>